

Nuevo coleccionable

HOY: Adobo de pollo

HORNO TOSTADOR GOURMET BLACK

ADQUIERLO EN NOSCOS 993 587 571

S/ 139.90

CAMPAÑA MÉDICA
LOS DÍAS 03, 04, 05, 06, 07, 08 JUNIO

el Popular

Lunes 3 de junio del 2024 | Año 39 | Nº 14557

Director (r): Carlos Salinas Guerrero

S/1.00 Diario 0.75, Lámina 0.25
VIA AEREA: 1.50 Diario 1.25, Lámina 0.25

www.elpopular.pe

AYUDÓ A DELINCUENTES A RAPTAR A JACKELINE

Reconoció ante PNP que dio información clave a banda de el Monstruo. De celular de su padre se hicieron llamadas extorsivas y se envió fotos y videos de la víctima. **PÁGINA 2**



JESÚS ABRAHAM
VICTORIO VALLEJOS

PRIMO CONFIESA SECUESTRO



JACKELINE SALAZAR

FELIZ CON COLÁGENO

Gustavo Bueno dice que lo que pasa con don Gilberto y Olinda es un reflejo de la vida real. **PÁG. 10**



PELIGRA LA AFP

Menores de 40 años no podrían sacar sus ahorros, propone Congreso. **PÁG. 4**



LIBÉRATE DE LOS DOLORES

- RODILLAS • HOMBRO
 - COLUMNA • CADERA
 - ARTROSIS • ARTRITIS
 - MUÑECA Y MANOS
 - TOBILLO Y PIE
 - ZONA LUMBAR
 - HERNIA DISCAL
 - CIÁTICA
- SIN CIRUGÍA



CON CÉLULAS MADRE

PLASMA Y OZONO

CONAV MEDIC E.I.R.L. RUC: 20602157838

CONSULTA Y EVALUACIÓN S/. 10

MÉDICOS ESPECIALISTAS
CURA DOLOR ARTICULAR EN MENOS TIEMPO CON EXCLUSIVO TRATAMIENTO

Centro Terapia del Dolor

ATE -VITARTE

Calle Antonio Narro Mz "D" Lote 22
Av. Metropolitana a 50 mts. del Hospital de Solidaridad al costado Policlínico Vicma

906 969 484

SAN JUAN DE LURIGANCHO

Av. Próceres de la Independencia 1771
1er Piso alt. paradero 12 de Próceres de la Independencia
Frente a Clínica San Juan Bautista

970 655 975

LIMA NORTE

Av. Carlos Izaguirre 1316
Paradero Palco (Clínica Concebir) Los Olivos

992 938 719 (01) 608 3541

LIMA CENTRO

Av. Arequipa 339 - 1er. Piso
A 1/2 Cda. Emb. Venezuela junto a Inst. Carrión

978 943 646 (01) 540 9385

- ♦ Policía afirma que también se enviaron los mensajes extorsivos, audios y videos desde el celular de la funeraria del padre de la víctima.
- ♦ Su padre aún insiste en que no tiene nada que ver en el caso.
- ♦ Su mamá es hermana del progenitor de la chica que estuvo desaparecida 11 días.

• Jesús Abraham Victorio Vallejos, de 24 años, primo de la empresaria Jackeline Salazar, quien estuvo secuestrada 11 días, terminó por confesar ante la Policía Nacional que participó en el rapto de su propia familiar.

Tras su detención, junto a su padre Jesús Santos Victorio Acuña (55), tío político de la empresaria, habría señalado cómo planificó el secuestro de la empresaria y el contacto que tuvo con los delincuentes.

"De acuerdo a la información que tenemos, Lito (Jesús Abraham) habría proporcionado la información para que se cometa este delito", manifestó el general Marco Conde, jefe de la Dirincrí.

Según las investigaciones, el primo de Jackeline dio detalles de la joven a los criminales, quienes planificaron milimétricamente el secuestro hasta el 13 de mayo, cuando dieron con el 'levante'.

"La vinculación en la que ha participado es en la primera etapa del secuestro, que es la selección de la víctima", dijo el coronel Jorge Carpio, jefe de la División de Secuestros.

CELULAR DE FUNERARIA

Según las investigaciones policiales, Lito usó el teléfono de la funeraria San Martín, cuyo dueño es su padre, para realizar llamadas y en-

CONFESÓ QUE PROPORCIONÓ A DELINCUENTES INFORMACIÓN SOBRE JACKELINE SALAZAR



RI JACKELINE SALAZAR PUDO IMAGINAR QUE SUS PROPIOS FAMILIARES TENGAN QUE VER EN SU PLASIO.



JESÚS SANTOS VICTORIA, EL PADRE DE JESÚS ABRAHAM

Primo planificó el secuestro

viar mensajes extorsivos a los familiares.

"Se encontraron elementos incriminatorios como celulares que han sido utilizados para el envío de mensajes, audios y videos; y la fotografía que se ha viralizado donde aparece ella con huellas que indican que fue víctima de tortura y la

presunta mutilación de su dedo", señaló el coronel Carpio.

Por otro lado, el padre de Jesús Abraham y tío de Jackeline Salazar, Jesús Santo Victorio Acuña (55), señaló ante las autoridades que se encontraba de viaje en la ciudad de Corongo en Áncash cuando se enteró que

su sobrina había sido secuestrada. Partió de inmediato a Lima para ayudar a su cuñado.

NO LO CONOCÍA

Jackeline Salazar, al ser consultada durante las diligencias ante la Fiscalía, señaló que no tenía ningún tipo de vinculación, pero sí conocía

a su primo Jesús Abraham Victorio, ya que él es hijo de su tío Jesús Santo, esposo de su tía, quien es hermana de su padre, aunque no tenían ningún tipo de cercanía. Las investigaciones continuarán por parte de los detectives y la Fiscalía, quienes realizarán los requerimientos de ley.

Trasladados a fiscalía

En la mañana del domingo, la Policía Nacional trasladó desde la sede de la Dirincrí a los seis detenidos que están siendo investigados por el secuestro de la empresaria. Hasta la sede de la Fiscalía de Lima Norte fueron trasladados Jesús Victorio Acuña (55) y Abraham Victorio Vallejos, el tío y primo político. También a Carol Maribel López Sánchez (28), quien sería pareja de alias el Monstruo. Del mismo modo, a Mirella Horna Plascas, de 28 años, Felicitia Ortiz Ruiz, 54 años, y Jonathan Manay Ortiz, de 28, quienes serían conocidos y allegados de López Sánchez.

La palabra de hoy:

Mateo 5:1-12 "Bienaventurados seréis cuando os injurien, y os persigan y digan con mentira toda clase de mal contra vosotros por mi causa."



El cambio

DÓLAR:	COMPRA	VENTA	EURO:
Informal	3,710	3,740	COMPRA: 4,069
Bancario	3,752	3,762	VENTA: 4,069
Interbancario	3,681	3,768	(Interbancario)

Seguridad Ciudadana

Nunca difundas información personal en tus redes sociales. Los delincuentes pueden rastrear tus movimientos y planear un robo o secuestro.

BUS COLISIONÓ CONTRA DOS AUTOMÓVILES EN LA CARRETERA DE LA LIBERTAD

Un muerto en triple choque

Los heridos han sido trasladados a Trujillo, donde reciben atención.

Yolanda Goicochea

● **TRUJILLO.** Un trágico accidente de tránsito ocurrió en la mañana del domingo en la carretera, cerca del cruce de Pagash-Poroto, en Otuzco. Hasta el momento, este suceso ha dejado una víctima mortal y cuatro heridos.

Un choque entre un bus de transporte público de placa T9E-961 y dos automóviles tuvo lugar a las 09:15 a. m., resultando en una víctima mortal y cuatro personas lesionadas.

Los tres vehículos quedaron en mal estado.

La persona fallecida ha sido identificada como Silvia Miranda Fernández, de 45 años, que viajaba en el auto con placa T4V-213.



OTRA VEZ LAS CARRETERAS DEL NORTE DEL PAÍS SE TIENEN DE SANGRE.

SON ATENDIDOS

El personal del Puesto de Salud Rayampampa fue el primero en responder a la emergencia y acudió al lugar del accidente.

Las víctimas heridas han sido estabilizadas y trasladadas al hospital de Trujillo, donde reciben atención.



Toma nota:
Las autoridades recomiendan a los conductores tomar rutas alternas tras accidente.

Investigan causas

La información ha sido proporcionada por EMED-RIS-OTUZCO, quienes seguirán monitoreando la situación y proporcionarán actualizaciones del caso. La PNP investigará las causas del accidente.

EN CORTO



INGENIERO PIERDE LA VIDA EN ACCIDENTE

● **PIURA.** Un ingeniero, identificado como Osmar Nicolás Facundo Aguilar, murió luego que su camioneta P4I-881 se desvistara en la vía Sullana-Piura. El hombre fue eyectado de su vehículo, que dio dos vueltas de campana. Las autoridades realizan las investigaciones sobre las causas del incidente.



LADRONES ENTRAN A PANADERÍA

● Delincuentes armados ingresaron a una panadería en Villa El Salvador, donde sus trajeron el dinero de las ventas y amenazaron a un papá con su bebé. El atraco fue captado por la cámara de seguridad del local, situado en el Sector 1 Grupo 1. Esta sería la segunda vez en que los hampones entran al local y se llevan las ganancias del día.

SE LES HALLÓ ARMA Y CANTIDAD DE MUNICIONES

Hermanos vendían droga en un mercado



AMBOS NEGARON LO QUE LA POLICÍA ENCONTRÓ EN SU PUESTO.

● La familia siempre unida hasta el final. Personal policial detuvo a dos hermanos que se dedicaban a la venta de drogas en el Callao.

Tras un trabajo de inteligencia, agentes del Escuadrón de Emergencia Callao obtuvieron información sobre un sujeto que vendía drogas dentro de un mercado.

Es así como ubicaron el puesto en el mercado Corpac, situado en el cruce de las avenidas Bocanegra con Independencia, en el límite con el distrito de San Martín de Porres.

Ahí se detuvo a Edison Pongo Salinas (36), quien

tiene antecedentes por tráfico de drogas y a su hermana Mercedes Salinas Pongo (34).

Asimismo, en el registro del segundo piso de su local, que sería el centro de sus operaciones, los agentes hallaron una mochila que contenía 500 gramos de PBC, 275 kets de la misma sustancia, 30 bolsas con de clorhidrato de cocaína, una pistola Glock, 50 municiones de diversos calibres y tres cacerinas.

Al ser interrogados, los sujetos decían desconocer. Fueron puestos a disposición del Depandro Callao para las investigaciones.

EN LA VICTORIA Asaltaba a escolares



SERENOS LO DETUVIERON.

● Era el terror los menores de edad. Agentes de serenazgo de La Victoria y PNP detuvieron a un sujeto que asaltó a dos escolares cerca de la estación Estadio Nacional del Metropolitano. El ladrón es venezolano y responde al nombre de Alessandro Jiménez. Fue detenido en la av. Isabel la Católica cuando intentaba darse a la fuga.



MENORES BUSCADA POR LA PNP.

MADRE ACUSA A HOMBRE DE SECUESTRARLA

Menor desaparecida

● Una escolar de 14 años está desaparecida desde hace cinco días, cuando se dirigía a su colegio en Manchay, Pachacamac.

Según algunos testigos, habían visto a la menor de edad que subió a una mototaxi cuando estaba por llegar al centro educativo.

La madre de la menor denunció que su hija se encuentra secuestrada por un

sujeto, que sería el ex pareja de su hermana.

"Mi hija está secuestrada por Aldair Colonio Vargas, quien es mi excuñado. He recibido amenazas de él", dijo la progenitora.

La madre acusa al sujeto de ser la persona que presuntamente tendría a su hija privada de su libertad. La denuncia está en la comisaría de Manchay y se investiga.

● Hoy cumple años:

Imogen Poots (35). Actriz y modelo británica. Uno de sus papeles más conocidos es el de Tammy en la película *28 Weeks Later*. También ha participado en películas como *V for Vendetta* y *Me and Orson Welles*.



● El santo del día

Santa Clotilde. Princesa burgundia que se convirtió al catolicismo.

● Un día como hoy

En 1899. En Viena, Austria, fallece el compositor Johann Strauss, creador de valsés célebres como *El Danubio Azul* y *Cuentos de los bosques de Viena*.

MENORES DE 40 AÑOS, SEGÚN PROPUESTA DE FUERZA POPULAR EN EL CONGRESO

No podrán retirar la AFP

● Planteamiento también señala que se debe subir de 50 a 55 años la edad de jubilación anticipada. Este grupo será obligado a recibir una pensión mensual.

● Se anuncia que esta semana, en el pleno del Congreso, se podría determinar el futuro de la reforma del sistema de pensiones impulsada por Fuerza Popular. Esta propuesta legislativa fue aprobada por mayoría el pasado jueves 30 de mayo y ahora necesita someterse a una segunda votación para que sus alcances entren en vigor.

De acuerdo con la disposición décimo quinta, las nuevas personas afiliadas al Sistema y aquellas personas afiliadas menores de 40 años al momento de entrar en vigencia la presente Ley, no tienen acceso a lo dispuesto en la Vigésimo Cuarta Disposición Final y Transitoria del Texto Único Ordenado de la Ley del Sistema Privado de Pensiones.



AFLIADOS MENORES DE 40 AÑOS NO PODRÁN RETIRAR TOTALIDAD DE FONDOS AL JUBILARSE, SEGÚN REFORMA.

Optan por retirar

Desde que se aprobó el retiro del 95,5 %, apenas el 1 % de los afiliados opta por el pago de una pensión mensual. Además, más de la mitad de los que retiran sus fondos los gastan a un ritmo mayor de lo que habría permitido una renta vitalicia y el 13 % gasta la totalidad de sus ahorros.



Además, se informó que se establece una pensión mínima de S/600 para los nuevos aportantes, se aumenta la edad para acceder al Régimen Especial de Jubilación Anticipada de 50 a 55 años y se crea una pensión por consumo que consta del 1 % de las compras anuales de hasta por 8 UIT (S/41.200), entre otros alcances.



ABOGADO DE PEDRO CASTILLO ESPERA SENTADO EN EL PISO SU TURNO.

ABOGADO DE PEDRO CASTILLO

Espera sentado en el piso

● Walter Ayala, abogado del ex presidente Pedro Castillo, fue captado en un video mientras esperaba en los exteriores del penal Barbadillo, en el distrito de Ate, donde acudió para visitar al ex presidente.

El letrado lamentó que, a pesar de haber llegado en el horario permitido para visitas, las autoridades del establecimiento penitencia-

rio le negaran la entrada y lo dejaran esperando afuera, sentado en la vereda.

Del mismo modo, Ayala expresó a radio Exitosa su descontento con la situación que atravesó, al asegurar que "estuve esperando alrededor de una hora afuera del penal, toqué la puerta (...) Aunque llegues a las 8 de la mañana, te dejan ahí esperando".



PCM NO QUIERE QUE SE SEPA SOBRE VISITAS A DINA BOLUARTE.

POR VISITAS A PALACIOS

PCM demanda al Ministerio de Justicia

● La Presidencia de Consejo de Ministros (PCM) ha emprendido una demanda contra el Ministerio de Justicia (Minjusst) y contra una periodista, con el fin de sentar un precedente ante la Corte Superior de Justicia de Lima para evitar rendir cuentas.

Según informa Peru21, el verdadero motivo de la denuncia es para mantener en completo secreto las visitas de la zona residencial del Palacio de Gobierno que la jefa de Estado, Dina Boluarte, ha sostenido desde el inicio de su gestión.

SUS PROPIOS CIUDADANOS LOS CALIFICAN

Alcaldes sacan mala nota



ALCALDES TENDRÁN QUE TRABAJAR MUCHO PARA CAMBIAR EL PENSAR DE SUS VECINOS.

● La encuestadora CIT expuso quiénes son los burgomaestres de Lima con mayor aprobación y desaprobación por los ciudadanos de sus distritos.

Entre los alcaldes con la mayor aprobación figuran Francis Allison, alcalde de Magdalena del Mar (87 %); Eduardo Bless, alcalde de San Miguel (80 %)

y Carlos Bruce, alcalde de Santiago de Surco (76 %).

Sin embargo, entre los alcaldes que cuenta con la menor aprobación de su distrito se encuentran Olimpio Alegria, alcalde de Santa Anita (19 %); Hernán Sifuentes, alcalde de San Martín de Porres (22 %) y Diego Uceda, alcalde de La Molina (24 %).

LO INTERCEPTARON Y LLEVARON A DESCAMPADO PARA QUITARLE DINERO

Marcas secuestran y roban a transportista 30 mil soles

✚ Delincuente que lo abordó en su carro huyó con sus cómplices haciendo disparos.



LA VÍCTIMA ESTABA EN SU CARRO CUANDO FUE ABORDADO POR UN LADRÓN, CUYOS CÓMPICES ESTABAN EN LOS ALREDEDORES.

Leonela Aquino

✚ **AREQUIPA.** Un transportista fue asaltado por una banda de marcas, que se apoderó de 30.000 soles que acababa de cobrar por la venta de medicamentos en la Blanca Ciudad.

El agraviado estaba dentro de su vehículo estacionado, de placa VAR 904, cuando fue abordado por

un delincuente armado que lo obligó a abrir la puerta del copiloto bajo amenaza. Por temor a su vida, el transportista permitió que el asaltante ingresara al vehículo, siendo obligado a conducir hasta un descampado en la misma asociación.

Allí, el ladrón le arrebató los 30.000 soles y emprendió la huida, efectuando

dos disparos contra el vehículo antes de escapar en un automóvil oscuro. El robo fue reportado a los agentes de la comisaría de Ciudad Municipal y actualmente agentes de Divinci investigan el hecho.

La zona en la que ocurrió el hecho ha sido identificada como un área de alto riesgo, con reportes de al menos un robo diario. ▲

EN CORTO



MUJER MUERE EN ACCIDENTE DE TRÁNSITO

✚ La acompañante de un chofer de un camión cisterna falleció tras impactar contra un tráiler en el kilómetro 740 Carretera Panamericana Sur, en el distrito de Ático, provincia de Caraveli en Arequipa. Según las primeras informaciones, el vehículo pesado de placa AJR-751 chocó con la cisterna de matrícula F3P-990, conducido por Neces Sebastián Pérez (59), quien se dirigía de Norte a Sur transportando brea. A consecuencia del accidente, resultó fallecida su acompañante, María Juquína Machaca Mendoza (23).

CHOFER DEL OTRO VEHÍCULO SE DIO A LA FUGA

Agricultor fallece al impactar contra moto



ESTABA VIAJANDO A VISITAR A SU FAMILIA CUANDO LA FATALIDAD SE LE CRUZÓ.

✚ **PUNO.** Un agricultor que iba en su motocicleta perdió la vida al chocar contra otro vehículo menor que invadió el carril contrario. Ocurrió cuando iba a visitar a su hermana en la comunidad de Posoconi.

Maximiliano de la Cruz Bustinza (74) lamentablemente perdió la vida de forma instantánea. Según testigos, el causante del fatal accidente se dio a la fuga.

Hasta el lugar llegaron familiares, quienes protagonizaron escenas de dolor. Contaron que De la Cruz viajaba desde Camaná para visitar a su hermana.

Efectivos de la policía

del distrito de Asillo y Orurillo se aproximaron hasta el lugar para constatar los hechos. Solo ratificaron el deceso de la víctima, quien presentaba una herida en la nuca que le provocó un sangrado abundante.

Representantes del Ministerio Público también se hicieron presentes para las diligencias correspondientes del levantamiento del cadáver y su posterior internamiento en la morgue del distrito de Asillo. Actualmente, los efectivos policiales están investigando las causas de la tragedia. ▲

SE VENDE TERRENO INDUSTRIAL EN PIURA

UBICACIÓN: SECHURA - KM 18.7 AL KM 18.79

CARRETERA SECHURA PARACHIQUE

AREA: 1 HECTAREA (10 MIL M2)

PRECIO: \$ 35.00 POR M2 (\$ 350 MIL)

TELÉFONO: 997548757

SE VENDE TERRENO AGRICOLA

ZONA: CURUMUY (PIURA)

AREA: 4.5 HECTAREAS (1.5 HECTÁREAS CON LIMÓN SUTIL 8 AÑOS)

PRECIO: S/. 270 MIL

TELÉFONO: 997548757

El tiempo:

Temperaturas máximas y mínimas pronosticadas para hoy por el Senamhi.



La Luna



POR TERCER DÍA CONSECUTIVO SE SIGUE ACUMULANDO DESPEDICIOS EN CALLES

Basura en el centro de Lima

✦ Municipalidad es responsable de la limpieza y ha descuidado esa tarea.



BASURA SE SIGUE ACUMULANDO EN LAS CALLES ANTE LA INACCIÓN DE LA MUNICIPALIDAD QUE DIRIGE RAFAEL LÓPEZ ALIAGA.

Vecinos del Cercado de Lima expresaron su malestar por la acumulación de basura en las diferentes calles del distrito por tercer día consecutivo. Se observó que a lo largo del jirón Washington y sus intersecciones, así como en la avenida Bolivia, se ubicaban varias bolsas de residuos sólidos, informó RPP.

El mismo panorama de acumulación de desperdicios se registró en la calle Vi-

Ya no hay contrato

La actual gestión de la Municipalidad de Lima, a cargo de Rafael López Aliaga, dejó sin efecto el contrato de la empresa privada encargada del recojo de basura, disponiendo a la misma comuna del tratamiento de los desechos.

llarán, Nueva Rosita, el jirón Ilo y el jirón Zepita.

En la avenida Alfonso Ugarte, una sola trabajadora de limpieza demostraba que su labor era desbordada por la cantidad de basura.

Tan solo en la avenida Bolivia, las bolsas con residuos se acumulan a los lados de los vehículos policiales, justo al lado de la puerta de ingreso de la Unidad de Tránsito de la Policía.

EN CORTO



NUEVA CAMPAÑA PARA TENER EL DNI ELECTRÓNICO

Las campañas para la emisión gratuita del DNI electrónico continúan en diversas regiones del país, con el objetivo de reducir las brechas de identificación entre los peruanos. En ese contexto, las municipalidades de Huánuco y Cañete organizarán esta iniciativa para hoy y mañana.



INEI BUSCA COORDINADORES Y SUPERVISORES

El Instituto Nacional de Estadísticas e Informática (INEI) tiene puestos vacantes en 23 regiones de Perú durante junio. De acuerdo al puesto al que aspire, puedes firmar un contrato como locador de servicios por un plazo de 75 hasta 150 días de trabajo, con sueldos que van desde los S/3.300 hasta los S/19.770.



PRESOS EN PENAL DE COCHAMARCA

Obligados a comer clavos

Aaron Isaac Gustavo Sánchez Montoya, interno del penal de Cochamarca en la provincia de Oyón, ha denunciado desde el Hospital Daniel Alcides Carrión que su grave condición se debe al abuso que sufrió en ese recinto del Instituto Nacional Penitenciario. Según su testimonio, fue torturado al ser obligado a ingerir un clavo de 10 centímetros.

El motivo de este 'castigo' habría sido el hecho de que se negara a cumplir una orden que habría recibido de parte de los custodios de la cárcel. Sánchez explicó que los efectivos planeaban 'sembrar' droga entre las pertenencias de otro interno apodado 'Roni' y para ello lo chantajearon. Si cumplía, lo trasladarían a un penal de Lima.



VEHICULOS TIENEN EL PELIGRO DE SER RETIRADOS DE LAS CALLES.

PARA COMBIS Y BUSES ANTIGUOS PARA CIRCULAR

Certificado es obligatorio

La Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU) señaló que los vehículos de transporte regular con una antigüedad mayor a 20 años tendrán una ampliación, siempre y cuando estas unidades cumplan con las condiciones técnicas, como obtener el Certificado de Inspección Técnica Vehicular (CITV) cada cuatro meses y operacionales

exigibles en la norma. Además, la entidad también menciona que se está priorizando el retiro de combis y luego se contempla el retiro de microbuses y ómnibus. Esto tiene el fin de lograr la transición a la macrotransportación. También resalta que, de no contar con la acreditación del CITV, el vehículo será deshabilitado.



DENUNCIAN MALTRATO PSICOLÓGICO.

PROFESORA Y DIRECTORA AGREDIERON A NIÑO

Acusadas de maltrato

Un menor de 11 años con autismo leve dejó de asistir a clases en el colegio Santa María College del distrito de Surquillo debido a presuntos maltratos psicológicos por parte de su profesora y la directora del plantel.

Según sus padres, el niño, quien solía ser muy alegre y querido, se volvió tímido y reacio a asistir al colegio.

Los problemas en el Santa

María College comenzaron el año pasado con el cambio de profesora, quien, según los padres, no prestaba la atención necesaria cuando el niño era molestado por sus compañeros.

La situación empeoró cuando el menor tuvo un altercado con otros alumnos, lo que llevó a la profesora y la directora a sancionarlo de manera hostil.

EN EL LOCAL SE ESTABA PRESENTANDO CHACALÓN JUNIOR

Sicarios atacan a esposos tras salir de concierto chicha

♦ Ambos resultaron heridos, mientras que su hija resultó ilesa.

De una muerte segura se libró una pareja de esposos y su hija luego que sicarios dispararan contra el mototaxi en el que iban, tras asistir a un concierto de Chacalón Junior, en La Victoria.

Jackeline Fernandez Mesa y Juan Carlos Llallahuí de la Cruz salieron del local Al fondo hay sitio y abordaron un mototaxi con dirección al paradero para tomar un taxi. Sin embargo, fueron interceptados por dos hampones en moto en el cruce de las avenidas Nicolás Ayllón con Circunvalación, quienes dispararon seis veces. La pareja resultó herida en el abdomen y la pierna, mientras



LOS ESPOSOS Y SU HIJA ESTABAN EN UNA MOTOTAXI CUANDO LOS ATACARON.

que su hija salió ilesa. Una vecina contó que le preguntó a la víctima qué había pasado. "Le dije que la habían

intentado robar, y ella me respondió que él (su esposo) está palteado, por eso nos han atacado", contó.

EN CORTO

CARRO SE VUELCA AL CHOCAR CON MURO

Un automóvil quedó volcado luego de que el conductor habría realizado una mala maniobra a la altura del kilómetro 12 de la Panamericana Norte, en el Puente Celima, en San Martín de Porres. El accidente ocurrió en la madrugada del domingo, cuando el auto impactó contra el muro que divide la vía, provocando que se volcara. El conductor resultó herido y fue trasladado por los bomberos hasta una clínica local. La PNP llegó a la zona para hacer las diligencias correspondientes.

LO HABRÍAN ESTADO SIGUIENDO

Marcas roban S/4.000 a taxista en Chorrillos



VECINO GRABÓ EL ATRACO DE LOS HAMPONES.

Marcas asaltaron a un taxista que había retirado 4 mil soles de una agencia bancaria en Chorrillos.

Un vecino grabó el momento en que los delincuentes, a bordo de un auto y una motocicleta, interceptaron a la víctima que estaba en su vehículo estacionado en el jr. Carhuarazo, en la urb. Delicias de Villa.

Se ve cómo los hampones armados obligan al señor a abrir la maleta de su vehículo, donde había ocultado el dinero.

Una vez con el botín, los hampones escaparon con rumbo desconocido. Testigos de la zona poco pudieron hacer, tocando sus claxon para tratar de ahuyentar a los delincuentes.

Encuentra los mejores productos para tu hogar

Bazar 993 587 571
o pídelos en tu kiosco favorito

www.perubazar.pe SÍGUENOS EN: f i t

OFERTAS VÁLIDAS HASTA EL 10/06/2024 O HASTA AGOTAR STOCK. ENTREGA A NIVEL NACIONAL SEGÚN DISPONIBILIDAD. IMÁGENES REFERENCIALES. GRUPO LA REPÚBLICA PUBLICACIONES - RUC.: 20517374661

Despierta tus sentidos con nuestra Selección de Cafeteras
Elige el estilo que más te guste.



CAFETERA PREMIUM
Capacidad: 12 tazas
Potencia: 800 W
Material: Polipropileno y acero inoxidable



CAFETERA GOURMET+2 TAZAS
Capacidad: 2 tazas
Potencia: 450 W
Material: Polipropileno
Tazas: Porcelana



CAFETERA CLÁSICA
Capacidad: 4 tazas
Potencia: 650 W
Material: Polipropileno

LLAVEROS 3D SPIDERMAN MARVEL

MARVEL



4 MODELOS
MATERIAL: PVC
3.5 CM
CÓD.: 20006679 | STOCK: 3705 UDS.
(DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL)

HORNO MICROONDAS 20 LT.

AIRAY



FRATEL, DORTON, 20 LITROS DE CAPACIDAD
REGULADOR DE TEMPERATURA AUTOMÁTICO
BLOQUEO DE PUERTAS, CERRAJE DE SEGURIDAD
700 WATTS - GRANA 1A 1200
CÓD.: 20006444 | STOCK: 105 UDS.
(DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL)

LIQUADORA 5 VELOCIDADES 1,5 LITROS

TAURUS



3 VELOCIDADES DE AGITACIÓN
CON PULSADOR + FUNCIÓN PULSA Y VUELA
FRASO DE 1,5 LITROS + CABLE/SALVO 1.500 W
CÓD.: 20009229 | STOCK: 34 UDS.
(DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL)

OLLAS ROSSANA x4 PIEZAS

ROSSANA



10x10x10x11, 11x11x11, 11x11x11, 11x11x11
4 TAPAS DE VIDRIO - LIMA ADO
ACABADO EN PÓLICO
CÓD.: 20006476 - 20007744 | STOCK: 3698 SETS.
(DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL)

COMBO PURO FILO X3 PZS.

Oster



PAJADOR TRUSSVILLE HAYESAL, 30
TAPAS: 20x20x10
CUT. DUCHILLON 25x20x10
SANTONDI 12.7 CM. PARA DIST. 17.8 CM.
CÓD.: 20009270 | STOCK: 100 UDS.
(DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL)

CACEROLA CON TAPA 1LT Y 2LT

doNa



VIDRIO REFRACTARIO 11.5x11.5 CM
APTO PARA HORNOS Y MICROONDAS
- EDUPTA REFUNDACIÓN
1LT Cód.: 20009109 \$19.99
2LT Cód.: 20009084 \$34.99
STOCK TOTAL: 57 UDS.
(DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL)

Encuentra los mejores productos para tu hogar

Bazar 993 587 571

o pídelos en tu kiosco favorito

BATIDORA DE MANO

WHITELINE

DE MATERIAL POLIPROPILENO Y METAL CROMADO



7 VELOCIDADES + GANCHOS AMASADORES

S/ 49.90

OFERTA ÚNICA

CÓD.: 20008569 | STOCK: 294 UDS.

OLLA A PRESIÓN VANCOUVER 6 LT.

TRAMONTINA



• ANTIADHERENTE • 24 CM • RESISTENTE A 180°C

S/ 185.00

CÓD.: 20009071 | STOCK: 200 UDS. DISPONIBLE EN LIMA

OLLA GRANITO GRAY 20 CM

ilko



• ANTIADHERENTE • TAPA DE VIDRIO

S/ 69.90

CÓD.: 20009065 | STOCK: 1100 UDS. DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL

LLAVEROS DE METAL 3D AVENGERS

3 DISEÑOS

• SPIDERMAN, PLATEADO Y BLACK MARVEL • MARFILLO DE THOR, TIGERMAN, ESCUDO DEL CAPITAN AMERICA

S/ 9.90

CÓD.: 20009204 | STOCK: 1000 UDS. DISPONIBLE EN LIMA

SARTÉN ROJA ELEMENT ROSSO 30 CM.

ilko



• ANTIADHERENTE • ANTILOS DIFUSORES • MANGOS SOLDADOS

S/ 49.90

CÓD.: 20008637 | STOCK: 202 UDS. DISPONIBLE EN LIMA

LICUADORA PRO PERSONAL 400 W.

WHITELINE



• 220-240 V • CUCHILLA DE ACERO INOX CON 6 ASAS

S/ 120.00

CÓD.: 20008949 | STOCK: 500 UDS. DISPONIBLE EN LIMA

WOK JUST COOK 28 CM

ilko



• ANTIADHERENTE • MANGO DE BAMBÚ

S/ 39.90

CÓD.: 20008667 | STOCK: 332 UDS. DISPONIBLE EN LIMA

SET TÁPEROS x4 PIEZAS

pernina



• MICROONDAS Y CONGELADOR • TÁPEROS: 2.45L, 0.85L, 1.4L, 7.25L

S/ 39.90

CÓD.: 20008168 | STOCK: 302 UDS. DISPONIBLE EN LIMA Y EL NORTE DEL PERÚ

COMBO REFRACTARIO + TERMO 1.8 L.

doNo



• REFRACTARIO REUTILIZABLE 2.0L • VASO DE VIDRIO 1.0L • TERMO 1.8L • MANGUERA DE VIDRIO

S/ 49.90

CÓD.: 20008631 | STOCK: 107 PACKS. DISPONIBLE EN LIMA

Pasa la voz

Mañana, en la sección Nutrición, podrá conocer los alimentos inhibidores del hierro y con que no debes combinarlos. Encuentra esta información y otros tips de alimentación saludable en la página 17.



¡Atención!

Síguenos en nuestras redes de Facebook, Instagram y Twitter. También en elpopular.pe.

EL POPULAR TE TRAE MÁS DE 70 PREPARACIONES GRATUITAS Y SENCILLAS PARA HACER EN CASA

Descubre todos los secretos y recetas de la chef Irene Gamboa

◆ Colecciona a diario tus láminas de La cocina con pollo de la Sra. Irene.

◆ La cocina con pollo de la Sra. Irene es el coleccionable que el Popular te trae todos los días, con tips de gastronomía útiles para que la tarea de cocinar sea mucho más sencilla.

Además, estas preparaciones te ayudarán a cuidar de tu familia con todos los nutrientes del pollo. Reclama tu lámina de mañana para que puedas hacer un Frejolito chino con pollo. ¡Corre a tu kiosco más cercano!

PLATOS INIGUALABLES

¿Quieres brindarles a tus seres queridos almuerzos y cenas que los mantengan saludables? Entonces no puedes



HAZ ESTE POPULAR PLATO DE CHIFA DESDE TU HOGAR. ¡NO TE ARREPENTIRÁS!

Reportero ciudadano

Si quieres reportar un hecho delictivo que viste o del cual eres víctima, mándanos tu denuncia, pruebas o videos al WhatsApp 941 000 000. Este número está disponible siempre y el Popular listo para investigar. ¡Juntos hagamos un mejor país para todos!

perderte de este recetario de tu diario favorito. La cocina con pollo de la Sra. Irene se ha convertido en un boom entre nuestros lectores por la variedad que ofrece.

El frejolito chino es un brote de soya de fácil digestión que aporta enzimas. Combinado con el pollo en una preparación saltada resulta delicioso.

♦ Jurado de El gran chef famosos tiene diez años de casada, pero solo pone las manos al fuego por sus hijos. ♦ Es consciente que desde que sale en televisión su vida ha cambiado.

Mario Palacios Oceda.

◊ La querida jurado de El gran chef famosos revela estar viviendo una de las mejores etapas como profesional, madre y esposa. Eso sí, admite que la popularidad hace que las cámaras estén enfocándola a ella y a su marido. Por eso, le advirtió a él no caer en tentaciones.

—Hace poco comenzó una nueva temporada de El gran chef famosos, este formato parece de nunca acabar.

—Primero agradecer al público por su preferencia y cariño que nos brindan en cada uno de sus mensajes. Cada temporada es una sorpresa, todos aprendemos en ese proceso.

—Estás en el programa, en Tiktok, con tu familia y nuevos proyectos, ¿cuándo descansas?

—(Risas) Es verdad, estoy full todo el tiempo, más desde que ingresé a la televisión. Tengo un abanico de oportunidades laborales y los provecho, sin descuidar la faceta de madre ni esposa.

—¿Cómo es Nelly en el hogar?

—Muy querendona. Desde que tengo memoria, siempre quise tener hijos y una familia. Creo que la familia es la base de nuestra sociedad. Para mí, mis seres queridos son mi roble y serán siempre mi motivación.

—Ingresar al mundo de la televisión hace que no pases desapercibida, tanto tú como tu pareja.

—Sí, por eso le he dicho (a mi esposo), cuidadito que hagas algo, que todas las cámaras están por ahí, te pueden poner y ya sabes (risas).

—Está bien advertido tu esposo entonces...

—Claro, le he dicho, cuidadito que te ampayen, ya sabes, en una (risas). Lo comentamos algo en broma y serio a la vez. Yo no pongo las manos al fuego por nadie, solo por mis hijos. Llevo diez años casada con mi pareja, pero nos conocemos desde hace doce, cuando empezamos nuestra relación. Somos muy felices. Yo creo en la familia. Mi esposo nunca me ha dado motivos para desconfiar en él, al menos hasta ahora.

—Ahora que sales a diario en televisión, ¿le ha incomodado algo a tu esposo de la exposición en los medios?

—No, en absoluto, todo lo contrario. Él me dice qué ropa me quedaría mejor, que me luzca más. Es mi principal crítico, pero siempre para bien, la verdad no tengo quejas, me apoya en todo. ▲



NELLY ROSSINELLI

“CUIDADITO
QUE TE
AMPAYEN,
LE DIGO A MI
ESPOSO”



“Nelly es la mamá de los pericottos y la más consentidora”
José Peláez

Es full chamba

Nelly Rossinelli fue madre soltera antes de conocer a su actual pareja y logró salir adelante junto a su hijo mayor. “Nada es imposible, ser madre soltera no es impedimento para cumplir tus metas. Yo estudié y el destino hizo que conociera a mi ahora esposo y con él tengo un hijo más”, indicó.

En boca cerrada:

"Vine de Ayacucho a Lima a estudiar, pero la comedia me ganó. Trato de ser auténtica, sin poses, pues así somos las mujeres de provincia", Susan Cristán (La Chola Puca), comedianta.



Ojo al cine:

Dumbas y risas. Conduce Edwin Sierra, Radio Nueva Q - 7:00 a.m.

El óscar

Danza con lobos. Un joven teniente del Ejército es destinado a un puesto militar abandonado en la frontera con territorio indio. Allí tomará contacto con una tribu sioux.

SUSY DÍAZ

"YO NO TENGO FORTUNA, SOLO MUCHAS DEUDAS"

◆ Dice que no le sobra la plata, como muchos creen.

◆ Susy Díaz negó tener miles de soles guardados en los bancos; todo lo contrario, el dinero que gana de tanto trabajar es para pagar deudas y llevar una vida tranquila. Ella ayuda a su hija y dos nietos.

"De mí se ha dicho tantas cosas, pero decir que tengo dinero es mentira. He pagado más de 200 mil soles al Estado y me quedé sin fondos, sin dinero. Yo no tengo fortuna, pero sí muchas deudas", indicó.

La ex vedette no quiere que los amigos de lo ajeno la visiten pensando que ahorra miles de soles. "Nunca he sido de aparentar, de lucir alhajas o ropa costosa. Con que me vista bien y coma bien estoy tranquila. No soy una mujer que tenga lujos; lo que tengo es fruto de mi esfuerzo". (Mario Palacios).



LAURA SPOYA

INGRESÓ A AL SEXTO DÍA

◆ Yahaira Plasencia le dio la posta a ex Miss Perú.

◆ El último sábado, Yahaira Plasencia se despidió de la conducción de Al sexto día, en el que estuvo durante cuatro meses, y dio la posta a la ex Miss Perú Laura Spoya, quien debuta en la animación.

"Sé que la conducción ha sido más que un reto para ti. No ha sido fácil, es como si a mí me subieran al escenario para cantar, no sé qué haría", comentó Laura Spoya a la salsera al tomar la posta en la animación.

Días antes, la modelo



REEMPLAZARÁ A SALSERA EN CANAL 5.

comentó estar lista para la conducción, y aún más en un espacio en el que tendrá contacto con el público y artistas nacionales.

"DON GILBERTO MERECE SER FELIZ"

◆ Actor habla del romance con una mujer mucho menor que su personaje en Al fondo hay sitio. ◆ Afirma que Christian Thorsen venció el cáncer.

Mario Palacios Oceda

◆ El destacado actor Gustavo Bueno toma con humor que en redes sociales digan que Olinda es el colágeno de don Gilberto en Al fondo hay sitio. Confía que su personaje logre la felicidad en la ficción con su joven pareja.

—Don Gustavo, su personaje dio que hablar hace unos días porque repitió una frase de la película La ciudad y los perros.

—Sí, mi personaje recordó al teniente Gamboa al decir: ¡Qué me mira cadete, quiere una fotografía mía calato! (risas). Todos los mensajes que recibí me recuerdan eso, agradezco el cariño del público. Fue mi primera película importante y la primera en llegar al millón de espectadores.

—Ahora don Gilberto también es noticia porque encontró el amor en una mujer mucho más joven.

—Sí, Nidia Bermejo es Olinda y es mi tortolita, como la llamo en la serie. Había trabajado antes con ella en el teatro. Además, Gilberto merece ser feliz.

—Muchos dicen que es el colágeno de don Gilberto.

—Escuché decir eso, así será entonces en la ficción. Ese tipo de relaciones ha sucedido en todas las épocas del mundo; lo nuestro es una ficción. En la realidad se ha dado desde que existe la humanidad.

—De otro lado, Christian Thorsen volvió a la actuación.

—Está muy bien, Christian, todos los problemas que tenía le han remitido, hubo un gran trabajo del doctor Iván Villegas. Christian está bien de salud en estos momentos, debe llevar su control periódicamente, pero está perfecto. No tiene ya nada encima, no tiene nada. Él es mi pata, mi gran amigo, lo aprecio mucho.



El actor Gustavo Bueno con su personaje Olinda en la serie Al fondo hay sitio. Foto: Mónica Torres.

Espera regrese pronto

Gustavo Bueno confía en el retorno de Christian Thorsen, el popular Platanazo, a la teleserie Al fondo hay sitio. "Christian es mi pata, mi gran amigo. Nos gustaría que regresara a la serie, nos encantaría que eso ocurra", indicó el actor de 76 años.



Ocurrió así:

El mítico Paul McCartney salió del hotel Miraflores Park Plaza para montar bicicleta en el Malecón Cisneros de Miraflores en 2011. El ex Beatle pasó inadvertido para el público que paseaba por las calles.



¿Qué veo hoy?

Préndete. Con Karta Tarazona. Panamericana TV / 10:30 a. m.
El Deportivo en otra cancha. Deportes, entretenimiento y musical. Conduce Pato Bazán. ATV / 11:50 p. m.



CLAVITO Y SU CHELA

TIRÓ LA CASA POR LA VENTANA

♦ Cantante se casó por religioso con madre de sus hijas. Fiesta fue a todo dar.

♦ Casados ante las leyes de Dios. Robert Muñoz le dio el sí a su amada Andrea Fonseca en una ceremonia religiosa el sábado en una iglesia en La Molina. Las hijas de los novios llevaron los anillos, símbolo del amor de la pareja que se conoció hace ocho años.

Y como no podía ser de otra forma, la fiesta por el matrimonio fue espectacular.

lar. Deysi Araujo, Paloma de la Huaracha, Mark Vito, Nilver Huarac y la cantante Briyit fueron algunos de los invitados que bailaron hasta las cuatro de la mañana.

"Queremos agradecer a todos los presentes. Con Andrea pasamos por muchas cosas bonitas y feas también, pero nuestro amor siempre perduró. Ahora nos alistamos para irnos a Cancún de luna de miel", dijo el popular Clavito.

Dante Cardoso y la orquesta de Clavito y su chela pusieron a bailar a casi 200 invitados. (Mario Palacios)



ROBERT MUÑOZ Y ANDREA FONSECA COMPARTIERON SU FELICIDAD CON INVITADOS.

WENDY SULCA

EN CONTRA DEL BULLYING

♦ La joven cantante no reniega de sus inicios en la música, pues cuenta que de niña sufrió de bullying. Por ello, hoy combate dicho mal del que muchos jóvenes son víctimas. Es así que lanza el tema "Mírame como soy", en el que se muestra auténtica y sin complejos.

"Mucha gente me sigue preguntando si soy yo la niña de los videos virales y claro que lo soy. Siempre amaré mis raíces. Me dicen que debería seguir haciendo música así como de un meme de Internet. Yo quiero que entiendan lo que es



LUCI RENOVADA EN VIDEOCLIP.

sufrir de bullying, lo que es no tener oportunidades y aún así seguir adelante, aunque la mayoría de personas juzgue", indicó.

Encuentra los mejores productos para tu hogar



993 587 571

o pídelos en tu kiosco favorito

www.perubazar.pe

SÍGUENOS EN:   

OFERTA VÁLIDA HASTA EL 06/06/2024 O HASTA AGOTAR STOCK. DISPONIBLE A NIVEL NACIONAL. IMÁGENES REFERENCIALES. GRUPO LA REPÚBLICA PUBLICACIONES - RUC: 20517374661.

TERMOS

Mantén tus bebidas a la temperatura perfecta en cualquier momento y lugar

S/ 22.00 CU

CÓD.: 20007483
STOCK: 150 UDS



S/ 24.90 CU

CÓD.: 20007479
STOCK: 63 UDS



S/ 24.90 CU

CÓD.: 20007473
STOCK: 100 UDS



TERMO BERLÍN 350ML

TERMO ILUSIÓN 500ML

TERMO BERLÍN 500 ML

S/ 24.90 CU

CÓD.: 20007475
STOCK: 100 UDS.



S/ 35.00 CU

CÓD.: 20006623
STOCK: 133 UDS.



S/ 45.00 CU

CÓD.: 20006523
STOCK: 1500 UDS.



S/ 89.90 CU

CÓD.: 20006446
STOCK: 177 UDS.



S/ 109.90

CÓD.: 20006521
STOCK: 670 UDS.



TERMO 1.8 LT

TERMO DIAMONS 2 LT

TERMO SIFÓN 1.9 LT

TERMO BOMBA 2.2 LT

TERMO FAMILIAR 3.0 LT

Dale sabor y variedad a tu menú casero

CON EL NUEVO COLECCIONABLE



Recetas con ese toque único para engreír y nutrir a tu familia y los secretos de la experta cocinera Irene Gamboa

Una colección con más de 70 preparaciones prácticas y deliciosas para disfrutar del pollo, un insumo accesible y de alto valor nutritivo que no puede faltar en tu hogar.

RECETAS
100%
CASERAS

Colecciona tus láminas GRATIS todos los días con el Popular

FUERON DETENIDOS 10 SUJETOS DE UNA RED DE TRÁFICO SEXUAL

El Tren de Aragua ya opera en varias ciudades de EE. UU.

✦ Organización criminal opera en Louisiana, Texas, Nueva Jersey y Florida.



EL TREN DE ARAGUA ES UNA PELIGROSA BANDA NACIDA EN LA CÁRCEL DE TOCORÓN, EN VENEZUELA.

✦ **TEXAS.** Los más avezados delincuentes de la organización venezolana el Tren de Aragua ahora operan también en Estados Unidos y esta vez las autoridades dieron un duro golpe que permitió desbaratar una red de tráfico sexual.

El presunto cabecilla de la red de tráfico sexual fue identificado como Josmar Jesús Zambrano Chirinos, quien, al parecer, tiene vínculos con la peligrosa organización criminal venezolana. Esto se desprende de una denuncia penal que tramita la Corte Federal del

distrito Medio de Louisiana, en Baton Rouge.

Cabe precisar que solo el miércoles pasado, Jason Owens, el jefe de la Patrulla Fronteriza de Estados Uni-

Se viene expandiendo

Las autoridades revelaron que el Tren de Aragua podría estar activo en Louisiana, Texas, Virginia, Nueva Jersey y Florida, de acuerdo a CNN.



dos, anunció que durante el pasado fin de semana, sus agentes en el estado de Texas detuvieron a 10 individuos vinculados a la pandilla venezolana. ▲

HORAS ANTES DEL INICIO DE ELECCIONES EN MÉXICO

Asesinan a candidato

✦ **MICHOACÁN.** Las autoridades mexicanas informaron del asesinato a balazos de Israel Delgado Vega, candidato del oficialismo a síndico del municipio de Cuitzeo, en Michoacán, estado del occidente del país, apenas unas horas antes del comienzo de las votaciones.

La Fiscalía General del Estado (FGE) expuso que Delgado Vega tenía 35 años

de edad y era aspirante del Partido del Trabajo (PT), el Movimiento Regeneración Nacional (Morena) y el Partido Verde Ecologista de México (PVEM), la coalición que apoya al presidente Andrés Manuel López Obrador.

El asesinato ocurrió cerca de su casa, en el poblado de San Juan Benito Juárez, por dos hombres que dispararon desde una motocicleta. ▲



DELGADO PERTENECÍA AL OFICIALISMO.

● Bambino empezó a entrenar con la selección. ● También Reyna, que llegó de Argentina.

Volvete a ver. En su primer día de entrenamiento con la selección, que se prepara para jugar la Copa América, Gianluca Lapadula tuvo un emotivo con reencuentro con Christian Cueva. La Copa América tendrá lugar este mismo mes en Estados Unidos.

Ayer antes de iniciar los entrenamientos, se observó que el Bambino se saludó de manera efusiva con el mediocampista, con quien no se veía desde junio del año pasado en la gira de la Bicolor por Asia, cuando Juan Reynoso era el seleccionador.

El Bambino, quien llegó el sábado por la tarde, entrenó en el gimnasio y también realizó un ligero trabajo de campo. Hoy debería trabajar a la par con el plantel con miras al partido de este viernes ante Paraguay, donde todo apunta que sería titular.

El buen momento de Lapadula fue destacado por la cuenta oficial de la Serie A, que reconoció su aporte en Cagliari. "Ascendió con Cagliari y aseguró su permanencia en Serie A: Gianluca Lapadula", señalaron las redes sociales de la máxima competencia del fútbol italiano.

DEL AVIÓN A LA CANCHA

En tanto, Bryan Reyna arribó ayer por la mañana, procedente de Argentina. Desde el aeropuerto Jorge Chávez se dirigió directamente a la Videna para unirse a los entrenamientos de la selección.

El delantero jugó los 90 minutos el sábado en el triunfo de Belgrano sobre Argentinos Juniors en la Liga Profesional.

Reyna realizó trabajos regenerativos en el gimnasio y en la cancha.



Volverte a ver



LAPADULA TUVO EMOTIVO REENCUENTRO CON CUEVA

El Gringo trabaja en la Videna

■ Llegó el causa. Tras más de 12 horas de viaje desde Dinamarca, arribó ayer por la tarde Oliver Sonne para sumarse a la selección, que se prepara para jugar la Copa América que se llevará a cabo en Estados Unidos.

El Gringo no brindó declaraciones a la prensa, pero saludó a los hinchas que lo esperaron en el aeropuerto Jorge Chávez. Cuando un aficionado le gritó: "Habla pe, causa", el Gringo sonrió y levantó la mano en señal de saludo.

Sonne llega en buen ritmo y hace poco se coronó campeón de la Copa de Dinamarca con el Silkeborg.

El lateral danés-peruano, quien tuvo minutos con la Bicolor ante Nicaragua y República Dominicana, figura en la lista preliminar de 26 jugadores de la selección con miras a la Copa América.



Advíncula y Boca la pasaron mal

■ **BUENOS AIRES.** En un partido para el olvido, el peor en la era de Diego Martínez como entrenador, Boca Juniors perdió 1-0 como visitante ante Platense por la cuarta fecha de la Liga Profesional.

El primer tiempo, con pocas situaciones, terminó sin goles y tuvo como gran protagonista a Marco Rojo, quien dejó a Boca con 10 jugadores a los 35 minutos por doble amonestación.

Mateo Pellegrino (69'), de golpe de cabeza, le dio el triunfo al Calamar ante un cuadro xeneize desconocido, sin reacción, sin rebeldía.

El peruano Luis Advíncula reapareció en Boca, jugó los 90 minutos y tuvo una floja actuación, al igual que todo el equipo, débil en la marca. Por su sector se generó el gol de Platense. El cuadro xeneize se ubica en el puesto 16 con 4 unidades.



● Pájaros cibeles.

"Si mi equipo ensucia el partido o gana con un gol robado, prefiero perder".
Telé Santana, ex entrenador.



● 295

tantos marcó el paraguayo Arsenio Erico en Argentina y es el goleador histórico de esa liga.



● Toma

El fútbol americano se juega entre dos equipos, uno con 11 jugadores ofensivos y el otro con 11 defensivos.



● El equipo español anunciará hoy el fichaje de la estrella francesa.

■ **MADRID.** En medio de las celebraciones del Real Madrid como flamante campeón de la Champions League, se informó que Kylian Mbappé ya es nuevo jugador del club merengue.

Según Información del periodista italiano especialista en el mercado de fichajes, Fabrizio Romano, Mbappé ya ha firmado su contrato que lo vincula con el Real Madrid para las próximas temporadas.

"Kylian Mbappé al Real Madrid. Cada documento ha sido firmado, sellado y completado", señala Romano en su cuenta X (Ex Twitter).

"El Real Madrid está a punto de anunciar la próxima semana a Mbappé como nuevo fichaje tras ganar la Liga de Campeones", agregó el italiano.

Romano, además, hizo hincapié en que el campeón mundial con Francia en 2018 tomó su decisión en febrero pasado y que ahora ya "se le puede considerar un nuevo jugador" de Real Madrid.

De acuerdo a Información de L'Equipe de Francia, Real Madrid anunciará el lunes 3 de junio a Mbappé como nuevo jugador, quien tras varias temporadas finalmente llegará al club más exitoso en la Champions.

ASEGURAN
QUE MBAPPÉ
YA ES JUGADOR
DEL REAL
MADRID



Argentina llegó a Miami

■ **MIAMI.** La selección de Argentina llegó a esta ciudad, donde jugará los amistosos del 9 de junio frente a Ecuador y del 14 ante Guatemala, ambos con vistas a la Copa América Estados Unidos 2024.

Entre quienes viajaron se encuentran Ángel Correa, Rodrigo De Paul, Giovanni Lo Celso, Rulli, Leandro Paredes, Julián Álvarez, Enzo Fernández y Germán Pezzella. El resto de los 29 convocados se irá sumando directamente en Fort Lauderdale, donde trabajarán en el estadio de Inter Miami.



Recibimiento a lo grande

■ **ESTAMBUL.** José Mourinho fue presentado como nuevo técnico del Fenerbahçe de Turquía, con un contrato que durará los próximos dos años.

La presentación del portugués en la capital del país fue a lo grande. Los hinchas llenaron las gradas del estadio, encendieron bengalas y corearon el nombre del estratega luso.

LLEGARON
A LA
FUENTE
DE CIBELES
CON EL
TROFEO
DE LA
CHAMPIONS.



EL MADRID LLEVÓ EL TROFEO DE CHAMPIONS A CIBELES El paseo de los héroes

■ **MADRID.** Real Madrid celebró por las calles de la ciudad la conquista de su decimoquinta Champions League. El bus salió de Valdebebas hacia la Catedral de Almudena y a la sede de la Comunidad de Madrid en la Puerta del Sol, donde el equipo se encontró con miles de fanáticos. Luego de esta parada, el plantel marchó al Ayuntamiento y tras una corta vuelta, llegaron a la fuente de Cibeles, en medio de un mar de hinchas.

Después de esto, el consagrado conjun-

to madrileño se embarcó en el bus para recorrer los cinco kilómetros que separan la céntrica plaza madrileña del Estadio Santiago Bernabéu.

Ahí el plantel de jugadores fue recibido con fuegos artificiales.

"Muchísimas gracias por el recibimiento. Ver la cara de felicidad de todas las personas que hay aquí es lo mejor que nos puede pasar. No nos cansamos de ganar. Hala Madrid", señaló Nacho Fernández, capitán del 15 veces campeón de la Champions League.

EMPEZARÍA EL 5 DE JULIO Y YA NO EL 19

Clausura con nueva fecha

Se jugaría en plena Copa América y perjudicaría a clubes.

El inicio del Torneo Clausura podría ser antes de lo previsto, ya que en un principio se tenía pensado que empezara el 19 de julio.

Se conoció que la Federación Peruana de Fútbol (FPF) ha planteado la posibilidad de que el Clausura se inicie el 5 de julio, es decir, dos semanas antes de lo previsto.

De ser así, la Liga 1 se jugaría en pleno desarrollo de la Copa América, que culminará el 14 de julio, a diferencia de otras ligas de Sudamérica que paralizarán por el torneo continental.

Si la selección avanza a cuartos



PODRÍA HABER PROBLEMAS SI SE CAMBIA FECHA DE INICIO DEL CLAUSURA.

de final, jugaría el 4 o 5 de julio, y los clubes peruanos no podrían contar con sus seleccionados.

Se supo que hay malestar en los clubes porque han hecho su planificación, dando vacaciones a sus jugadores

y con posibles partidos en el extranjero, teniendo en cuenta que el inicio estaba previsto para el 19 de julio.

Hoy se reunirá el directorio de la FPF para tomar una decisión final sobre el inicio del Torneo Clausura.

ALIANZA JUGARÍA CUADRANGULAR Prepara su máquina

La dirigencia de Alianza Lima ya está en plena planificación para encarar el Torneo Clausura con miras a asegurar el título. En ese contexto, se conoció que se tiene previsto jugar un cuadrangular internacional en el estadio Alejandro Villanueva.

El cuadro victoriano jugaría con clubes de Colombia y Venezuela, aprovechando el receso del torneo

local por la Copa América, lo que le permitiría tener roce y llegar con buen ritmo al inicio del Clausura.

Se supo que el entrenador Alejandro Restrepo, quien fue ratificado en su cargo, dio su aprobación para la realización de dichos partidos amistosos. En los próximos días, la dirigencia aliancista anunciará la realización del cuadrangular.



ALIANZA APUNTA AL CLAUSURA.



Oropesa, DT de Comercio

TARAPOTO. Jesús Oropesa es nuevo entrenador del Unión Comercio para afrontar el Torneo Clausura y tendrá la difícil misión de salvar al equipo del descenso. El Poderoso de Alto Mayo terminó ubicado en el último lugar del Torneo Apertura, sumando 9 puntos en 17 partidos.



Pacheco gana Quito 15k

QUITO. El atleta peruano Cristian Pacheco, clasificado a París 2024, ganó ayer la competencia Quito 15K. Pacheco se impuso en la prueba al registrar un tiempo de 44,22, seguido de su compatriota René Champi (45,28) y el ecuatoriano Diego Arévalo (46,52).

ES OTRA OPCIÓN EN CRISTAL

Coito sería celeste

Sporting Cristal sigue evaluando opciones para definir a su nuevo entrenador tras la salida del brasileño Enderson Moreira.

En las últimas horas, se ha acercado a la dirigencia del club rimense el nombre del uruguayo Fabián Coito, quien el año pasado dirigió al Deportivo Maldonado.

Coito ha dirigido durante varios años a las selecciones juveniles de Uruguay y su nombre es evaluado por la dirigencia cervetera. Sin embargo, la primera opción sigue siendo el también uruguayo Gustavo Munúa, quien



el año pasado estuvo a cargo del Real Murcia de España.

Joel Raífo, presidente de Cristal, señaló que el 10 de junio se debe definir al nuevo técnico.

Envía tus denuncias con fotos y/o videos a nuestro WhatsApp

#ElPopular

941 000 000

AMARRO

OFERTA 99 995467448

PARA HARE QUE TE PIDA PERDÓN DE RODILLAS PARA SIEMPRE EN CUERPO Y ALMA TRABAJOS A DISTANCIA

PUZANGA QUE DORNA Y ATRAE AL INSTANTE COLITA DEL ZORRO para la atracción de EL o ELLA CURO ALCOHOLICOS EN SECRETO

PLAZA 2 DE MAYO N° 24 OF 202 2do PISO

ROSARIO

MAESTRA DE AMARRES

AMARRES EN 30 MINUTOS

LECTURA DE TAROT

BAÑOS DE FLORECIENDO

CURACIONES ESPIRITUALES Y CARNALES

PROTECCIONES Y TAPAMIENTOS

SAHACCIONES ESPIRITUALES

ABSOLUTA DISCRECION Y GARANTIA

MEMORIA DE TIEMPO A NIVEL DE RAMA A 6 PM

SAHACCIONES DE 3 AÑOS A 6 PM - COMENTOS Y REACCIONES CON PRENSA LTA Y NIVEL NACIONAL E INTERNACIONAL

LIMA: JR. CALLES 285 OF. 201 E - 2° PISO

A CUADRA Y MEDIA DE PALACIO DE GOBIERNO

426-3166 997241435

ESPIRITISTA CURANDERO NORTEÑO

EMILIO

YAN LOORES NI SUFRAS CON MAGIA NEGRA Y RITUALES DE AMOR. HAGO AMARRES DE AMOR Y SEXO PARA HACER VOLVER Y UNIR ENAMORADOS ESPOSO, AMANTES Y PAREJAS DOMINO ORGULLO SEXO CARACTER MENTE VOLVERA SIN QUE LLAMES NI BUSQUES, ALEJO AMANTES Y RIVAL CURO DAÑO BRUJERIA NEGOCIO NERVIOS VICIOS HAGO AMARRES A DISTANCIA NO FALLO

LUN. A SAB. 8 AM A 6 PM

996216888

AV. IQUITOS 715 OF. 302 LIMA

a 2 cuadras de la plaza Manco Capac La Victoria

LIMA TITAN GEL

947450202

JR. DE LA UNION 446 TDA 108 1° PISO

FRENTE A MOVISTAR

MIRAFLORES

977314641

AV. LARCO 345 TIENDA 120 1° PISO

GALERIA MULTICENTRO

HUACHO

946856899

JR. LA MERCED 159 2° PISO OF. 06

Potencia Sexual

AUMENTA EL TAMAÑO DE SU MIEMBRO VIRIL EN CORTO TIEMPO DE 4 - 5 CENTIMETROS, DÁNDOLE POTENCIA Y DICIÉNDOLE ADIOS A LA EVACUACION PRECOZ, PERMITIENDO MAYOR SATISFACCION

STUD 100 ECUU

Retrasa el momento de la eyaculación

Prolonga sus relaciones sexuales con más placer

Resultados inmediatos desde la aplicación

Producto 100% natural y sin efectos secundarios

BIO PROST

Fundas Extensores

Masturbadores

Vibradores

Consoladores

Protesis Anesnes

Lubricantes

Excitantes

Feromonas

Dilatadores

Spanish Fly

Retardantes

Jombina

Cremas

Sprays

Próstata

LOS OLIVOS

989183352

ALFREDO MENDIOLA N° 3803 INT. 104

pro Extender

MINI MAQUINA DESARROLLADOR VIRIL

EN UNAS SEMANAS PODRAS NOTAR LOS CAMBIOS DE TU MIEMBRO EN TAMAÑO Y ANCHO CON EL USO DIARIO, UNICO METODO DOCUMENTADO PARA EL ALARGAMIENTO

bathmate

BOMBA PARA AGRANDAR EL MIEMBRO HASTA 7cm. ENGRUESA 30%, ERECCIONES MAS PROLONGADAS Y DURADERAS, AGRANDA EL GLANDE

WWW.SEXSHOPDELPERU69.COM

DELIVERY A NIVEL NACIONAL-947450202

ICA

934113372

AV. SAN MARTIN 170 2° PISO OF 204

LA MOLINA

980916589

CENTRO COMERCIAL LA ROTONDA - TDA 268 2° PISO

SAN BORJA

957806590

AV. AVIACION 2420 TDA 01

C.C MULTICENTRO - (SOTANO)

IKUITOS

991516436

AV. MARISCAL CÁCERES 648

REF. 1/2 CUADRA PALACIO JUSTICIA

APRENDIENDO EN CASA



Las eras de la Prehistoria

Edad de Piedra

EL DATO

La Edad de Piedra está conformada por tres etapas: Paleolítico, Mesolítico y Neolítico. Es una periodización propuesta desde la arqueología.

La Edad de Piedra es el primero de los periodos de la prehistoria y se caracteriza por el uso de la piedra como herramienta fundamental en las sociedades humanas. Abarca desde la invención de las primeras herramientas, hace casi 3 millones de años, hasta el descubrimiento de los metales, hacia el 4000 a. C.

La Edad de Piedra se caracterizó por:

La evolución de la especie humana y la existencia de diversos géneros de homínidos

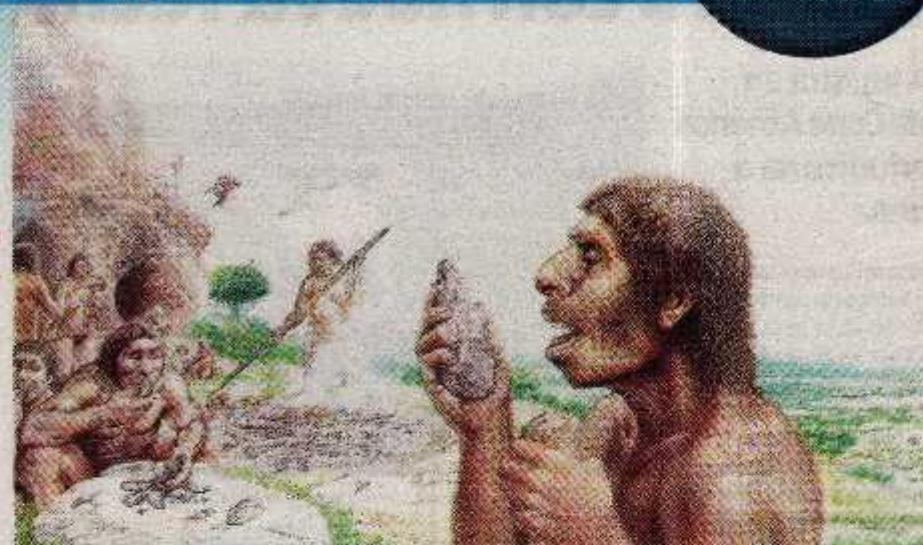
que habitaron diferentes partes del mundo.

La organización de sociedades pequeñas que vivían de manera nómada.

El uso de la piedra como elemento principal para la creación de herramientas y construcciones junto con la madera, el hueso y otros elementos extraídos de la naturaleza.

Los cambios climáticos, consecuencia del periodo de glaciación.

La aparición de la forma de vida sedentaria y el desarrollo de las técnicas agrícolas y ganaderas.



Desarrollo tecnológico en esta era

Se utilizaron diferentes técnicas de fabricación de herramientas.

Técnica de percusión: consistía en golpear una piedra con otra, o con un elemento que funcionara como cincel, hasta lograr un objeto cortante.

Técnica de presión: con un instrumento de hueso, se presionaba sobre zonas específicas de la herramienta de piedra para tallar los bordes y lograr un mejor filo.



Técnica de pulimento: se trabajaba la piedra frotándola hasta darle forma y sacarle filo.

la palabra

Magnificencia

Etimología

Proviene del latín "magnificentia".

Concepto

Disposición para grandes empresas o proyectos.

Sinónimo

Grandeza, ostentación, suntuosidad, pompa.

Antónimo

Modestia, sencillez, tacañería.

Inglés

Se escribe "magnificence" y se pronuncia "magnificens".

¿Sabías que...?



Para dar un giro alrededor de la Tierra, la Luna tarda 27,3 días. La Tierra tiene un tamaño 81 veces mayor que la Luna.

El Sol es el objeto más grande que existe en el Sistema Solar y también el más pesado, con una masa de $1,98892 \times 10^{30}$ kg. Es 330.000 veces más grande que la Tierra.

MIS TAREAS | Literatura

Clarice Lispector

PROFESIÓN: Escritora, periodista y traductora.

NACIONALIDAD: Nacida en Ucrania y criada en Brasil.

Clarice Lispector fue una talentosa periodista, escritora y traductora brasileña. Nació en Ucrania en 1920, pero con 8 meses de edad llegó a Brasil con sus padres. Por su inteligencia, sensibilidad y experiencias como inmigrante, creó

historias para todo tipo de público, desde niños hasta adultos. Ejerciendo como periodista en Río de Janeiro, publicó su primera obra: "Cerca del corazón salvaje". Clarice Lispector es una de las mayores escritoras latinoamericanas.



Cuida tu bolsillo

La planificación de compras es importante para ambos sexos cuando desean adquirir algún producto. Por ello, es importante comparar precios y buscar información online.



La tendencia

Acceder a cursos y tutoriales gratuitos de Finanzas personales.

Saca números

El método **Avalancha** Consiste en cancelar primero la deuda con la tasa de interés más alta y luego las siguientes.



NO TODAS SON MALAS, DEPENDE DE SU OBJETIVO

¿Cuándo preocuparte por las deudas?

Las deudas no deben sobre pasar el 35 % de tus ingresos. Sigue estos consejos

Zoraida Peña H.

Las deudas pueden causar dolores de cabeza a quienes las asumen, pero no todas son malas. Si tienen un objetivo, como mejorar tu calidad de vida y no se llevan la mayor parte de tus ingresos sin darte beneficios, pueden ser manejables.

Es por eso que hay que saber endeudarse y saber cuándo preocuparse. Por ejemplo, es señal de peligro si empiezas a pedir prestado para pagar deudas, si comienzas a usar más seguido la tarjeta (incluso para montos mínimos), si empiezas a atrasarse con los pagos o si te rechazan créditos, entre otras cosas.



TUS DEUDAS NO DEBEN PASAR EL 35 % DE TUS INGRESOS MENSUALES.

CALCULE SUS DEUDAS

Para calcular la proporción, debe sumar todos los pagos que destinas a la deuda en un mes. Esto incluye pagos de tarjetas de crédito,

préstamos hipotecarios, de automóvil, alquiler, servicios, entre otros.

Luego, divide esa suma entre el total de sus ingresos y multiplica el resultado por 100. Este número le indicará

el porcentaje de tus ingresos que utilizas para pagar lo que debes. La recomendación es que esta relación no debe superar el 35 %. Si es así, debes empezar a analizar cómo reducir tus deudas.

Ahorrando



Andrés Flores (*)

USA SABIAMENTE TU TARJETA DE CRÉDITO

Sigue estos consejos para usar tu tarjeta de crédito de manera efectiva y responsable.

1. Define un presupuesto mensual para saber cuánto destinar al pago de las cuotas de la tarjeta.

2. Haz un seguimiento de tus compras para verificar que no estés gastando más de lo que puedes pagar e identificar a tiempo cualquier compra fraudulenta.

3. Evita sobregirar tu línea de crédito. Siempre ten disponible un 30 % de tu línea para emergencias.

4. Paga puntual tus cuotas, las tarjetas ayudan a construir un historial crediticio.

5. Aprovecha tus recompensas, pero no gastes más de lo necesario solo para acceder a ellas.

6. Evita las disposiciones de efectivo, pues suelen tener comisiones bastante altas.

* Asesor de finanzas personales

COLECCIÓN: 2

Familia bien alimentada



Picante de pollo a la huaracina

- 1/2 kg. de pollo.
- 1/2 kg. de papa.
- 3 cdas. de ají colorado.
- 2 cdas. de ají amarillo.
- 1 1/2 cdta. de ají molido.
- 4 unidades de galleta.

- de soda.
- Sal, pimienta y comino al gusto.
- Aceite vegetal.

Sancochar la papa, pelar y rebanar. Reservar. Trocear el pollo y sazonar con sal, pimienta, comino y ajo. Dorar las presas y reservar. Licuar la galleta con un poco de agua y reservar. Mientras, hacer un aderezo sofriendo el ají colo-

rado con el ají amarillo, incorporar las presas de pollo, la galleta licuada y rectificar la sal. Dejar que de un hervor a fuego medio. Servir el guiso con la papa sancochada y arroz graneado.

Secreto del Chef

Si quieres dejar las papas con la cáscara, asegúrate de lavarlas bien o utilizar papas de cultivo ecológico.

TIPS

1 CONSUME MENOS ELECTRICIDAD

En el lavado y planchado de la ropa también hay mucho para hacer por el ahorro. Podemos ahorrar energía al usar la lavadora en ciclo corto. Planchar toda la ropa una vez a la semana ayuda a reducir el consumo. Eso sí, evita planchar de noche, ya que se consume más energía.



2 LAS HERRAMIENTAS DIGITALES

Puedes usar herramientas digitales, como apps para monitorear tus finanzas personales o simplemente un documento en Excel. Siempre mantén el orden de tu dinero y presupuesto. Además, usar la banca digital es una buena opción para salir de casa lo menos posible, sobre todo los adultos mayores.



3 LAS COMISIONES DE LA TARJETA

Revisa siempre qué entidades financieras cobran una comisión extra por servicios como la reposición de tarjetas por robo o extravío, transferencias o mantenimiento. Calcular el monto exacto te permitirá llevar en orden las cuentas mensuales sin imprevistos. Si no estás de acuerdo, puedes cambiar de banco.





Gaturro

Cret. by Andrews McMeel Syndication

Sudoku

4			8	6			
3		9		7	5		
2			4		1	6	7
				2			5
5	8			4	6		9
7		4	3	6		2	
9	3			1		5	8
8				2	3		1
1			7		9		

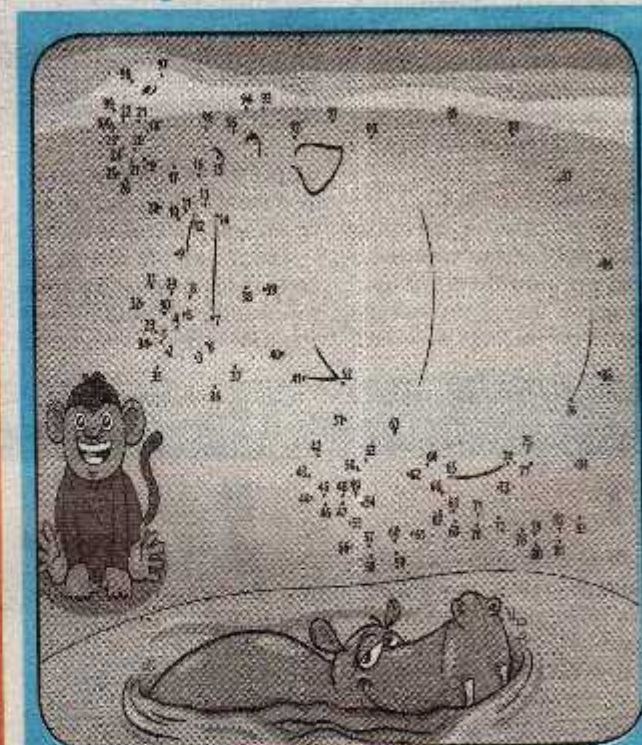
¿Quién lo dijo? *****

Salid y disfrutad.

Lothar Matthäus
Johan Cruyff
Diego Maradona



A dibujar *****



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Las Diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales, pero no lo son. Fíjate bien y encuentra las diferencias 10 entre ellos.

chiste

Tóxica
Yo soy tóxica incluso con mi papá. En cuanto se disculpa,

le reviso el teléfono, quizás tenga otra hija.

acertijo

¿Cuál es la longitud mínima que debe tener una tira de papel de 5 cm de

ancho para que, al plegarla convenientemente, se obtenga un cubo de 5 cm de arista?

Soluciones de ayer



El acertijo: Supongamos que intercambiamos manzanas. Por una manzana que intercambiamos de cada caja, la que sale de la primera caja pesa 10 gramos y la que sale de la segunda pesa 25 gramos, entonces la primera caja gana 15 gramos y la segunda pierde 15 gramos.

4	1	5	3	0	3	7	8	2
2	3	0	5	7	4	9	5	1
6	9	1	8	2	4	3	5	7
1	4	3	5	2	7	5	9	8
7	5	9	3	1	5	7	2	3
8	0	7	8	4	9	1	7	2
3	7	1	4	5	1	5	2	9
9	2	6	7	5	1	8	3	4
5	8	4	2	0	5	3	1	7

Luego si intercambiamos manzanas, la primera caja gana 15x gramos y la segunda pierde 15x gramos, entonces ambas cajas tendrán el mismo peso. Es decir: $840 + 15x = 1350 - 15x$. $x = 17$.

¿Quién lo dijo?
Woody Allen

Sopa de letras *****

O C W M D Y V X P Z S B N D U R Q A H K J I E F
G L Y S A O L G I V Q J X Z A E O D L E U S R M
S E R O D A J A B A R T R O X Y L S F K D E T I
Z H S E I G O N C D A P T A R I F A S I X J F Z
E Y O M L Q K S C K E X D A D I V I T C A B M Y
S W T P I I Z S R N O I C A I C E R P E D U H S
O T S R B S E N O I C A R A P E R R E K Z C W D
T J E E A O V F H B Q N U S H X N U S R A Z P Q
S V U S T I K W C G L E G A L E S L E C Z F O Q
A R P A N C W N S O H V E G G A S U S Z S T I R
G F M A O I Q S O C T J A L B N X H E G E E C J
T B I F C F G E S V C N S Z Q D P Y R V L H O M
N I V A B E L G O R I G E R E Y P Q E E A W G F
T L G O Y N J U I U M A N I E I P I T D I V E K
A S F S O E M R R N Y C J Q M L P R N B R L N D
K O Z U D B V O A B I W M E J A I M I P E L T S
C D R Q K X Z S S W S X B Y S Q N U I K T R O D
J A P V I E A H E P D C O S T E S O Q L A A U S
E T C V T E L E C T R I C I D A D E I L M X C I
Z L E S B O T C E Y O R P A V F L N S C A B M G
O U Z D E X S W N Y Q P H R K V M G W T N A I S
H S R T G E N E R A L E S N F C W Y Q X A U L C
E E T G M D S V B F Z K P I O J U A J C E D F V
D R W T Z Q L S N K I A X F M P G O H B F Z O P

GASTOS GENERALES

- | | | | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|---|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ACTIVIDAD | <input type="checkbox"/> CONTABILIDAD | <input type="checkbox"/> ESTADO | <input type="checkbox"/> IMPUESTOS | <input type="checkbox"/> NECESARIOS | <input type="checkbox"/> SEGUROS |
| <input type="checkbox"/> ALQUILER | <input type="checkbox"/> COSTES | <input type="checkbox"/> FUNCIONAMIENTO | <input type="checkbox"/> INTERESES | <input type="checkbox"/> NEGOCIO | <input type="checkbox"/> SUELDO |
| <input type="checkbox"/> BENEFICIOS | <input type="checkbox"/> DEPRECIACIÓN | <input type="checkbox"/> GAS | <input type="checkbox"/> LEGALES | <input type="checkbox"/> PROYECTO | <input type="checkbox"/> TARIFAS |
| | <input type="checkbox"/> ELECTRICIDAD | <input type="checkbox"/> GASTOS | <input type="checkbox"/> LIMPIEZA | <input type="checkbox"/> REPARACIONES | <input type="checkbox"/> TRABAJADORES |
| | <input type="checkbox"/> EMPRESA | <input type="checkbox"/> GENERALES | <input type="checkbox"/> MATERIALES | <input type="checkbox"/> RESULTADOS | <input type="checkbox"/> VIAJES |

Consultorio sentimental

"No puedo perdonar ni olvidar a mi ex"

CECILIA (34). Doctora Cora, estoy harta de los discursos que pretenden hacerte creer que la gente te hizo daño para que aprendieras la lección, cuando la realidad es totalmente otra.

Parece una estrategia para que perdonemos a mentirosos y a tipos que nos trataron mal y así puedan

quedar impunes con el perdón de sus víctimas.

Ese es el caso de mi ex pareja, quien me trató de la peor manera durante los 3 años que estuvimos juntos.

Sin embargo, por alguna inexplicable razón, todavía no puedo sacármelo de la cabeza y lo extraño en muchas ocasiones. ¿Qué hago?



RESPUESTA

Querida Cecilia, es claro que sufriste mucho debido a esta persona por varios años, pero como todavía guardas mucho rencor, te resulta imposible olvidarlo. Te recomiendo que te tomes un tiempo para reflexionar sobre las cosas y puedas dejarlo ir completamente de tu vida. Suerte.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

HORÓSCOPO de LUISA

Tel: 475-2299 www.luisaladiosdelamor.com

Aries 21 MAR. - 20 ABR.

Si te sientes inusualmente nostálgica, no dudes en recurrir a tus amigos. Ellos vendrán en tu ayuda si pasas por un momento difícil.

Tu color: Blanco Tu número: 3

Tauro 21 ABR. - 21 MAY.

En el aspecto sentimental, quizá estás pasando un periodo difícil, pero se acaba ya este ciclo de soledad y se vienen cosas mejores.

Tu color: Marrón Tu número: 1

Géminis 22 MAY. - 21 JUN.

Empleza a utilizar más tu mente y tu capacidad de razonar para ciertas cosas en las que te estás dejando llevar solo por tus emociones.

Tu color: Negro Tu número: 11

Cáncer 22 JUN. - 22 JUL.

Si te levantas hoy, como si te hubiera pasado un tractor por encima, puede que se deba al trasnoché o a las copitas que tomaste ayer.

Tu color: Morado Tu número: 12

Leo 23 JUL. - 23 AGO.

Estás pasando por una etapa excelente, pero quizá no has tenido tiempo para agradecer lo que te está ocurriendo a diario.

Tu color: Crema Tu número: 8

Virgo 24 AGO. - 23 SET.

El exceso de trabajo que has tenido esta semana se está notando a diario en tu cuerpo, en tu carácter y hasta en tu cara.

Tu color: Celeste Tu número: 9

Libra 24 SET. - 23 OCT.

La vida es muy bella a pesar de los inconvenientes y obstáculos con quien todo el mundo tiene que enfrentarse a diario.

Tu color: Naranja Tu número: 5

Escorpio 24 OCT. - 22 NOV.

Te espera hoy un día magnífico. Podrás hablar de tus proyectos con personas que te comprenden en todos los aspectos.

Tu color: Violeta Tu número: 7

Sagitario 23 NOV. - 21 DIC.

Tienes que esforzarte en aumentar tu autoestima y la confianza en ti, porque con esta actitud te estás perjudicando a diario.

Tu color: Turquesa Tu número: 2

Capricornio 22 DIC. - 20 ENE.

Recuerda que hoy has de procurar descansar y recuperar energías. Un poco de tranquilidad a diario te vendría de maravilla.

Tu color: Azul Tu número: 10

Acuario 21 ENE. - 19 FEB.

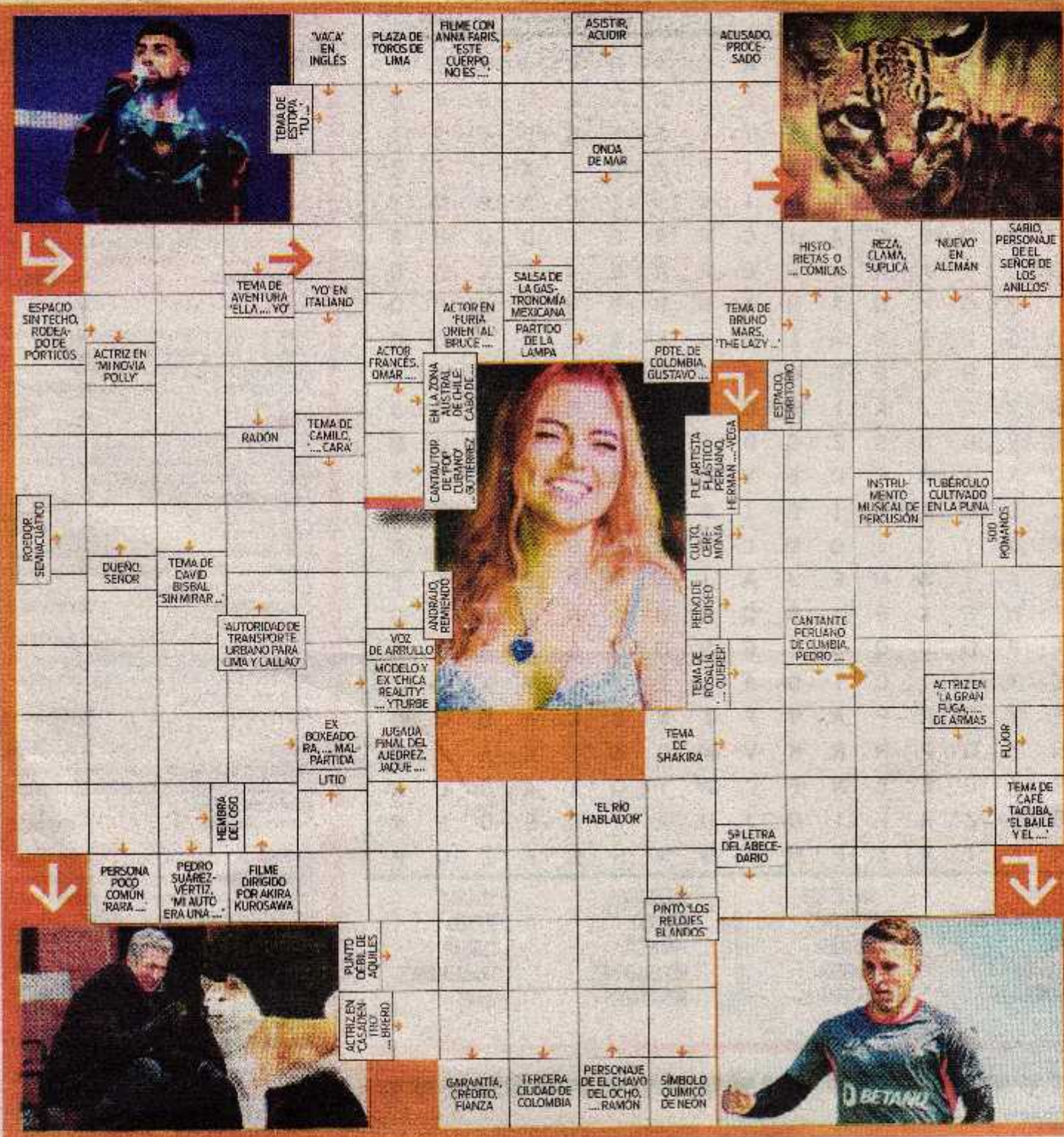
A diario vives recordando a alguien que pasó por tu vida. Tienes que cerrar ya este capítulo y olvidarte inmediato de tu pasado.

Tu color: Verde Tu número: 6

Piscis 20 FEB. - 20 MAR.

No te alarmes si descubres que tu cuenta bancaria no hay mucho dinero y solo estamos en los primeros días de mes.

Tu color: Rojo Tu número: 4



Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe © 2818677 © 936098953
@perezalbela

Los beneficios de una "cura termal"

Una cura termal es un tratamiento terapéutico que utiliza las aguas termales o minerales para mejorar nuestra salud y preservar el bienestar. Estas aguas, ricas en minerales y oligoelementos, provienen de fuentes naturales y se utilizan en centros termales para diversas terapias. Las curas termales pueden incluir baños de inmersión, inhalaciones, irrigaciones, aplicaciones de fango, masajes y otros tratamientos específicos.

- Mejora de la circulación sanguínea: el calor de las aguas termales dilata los vasos sanguíneos, mejorando así la circulación sanguínea y el suministro de oxígeno y nutrientes a los tejidos de nuestro organismo.

- Alivio del dolor y las afecciones musculoesqueléticas: las aguas termales son beneficiosas para el tratamiento de condiciones como la artritis, el reumatismo y otras dolencias musculoesqueléticas. El calor y los minerales ayudan a reducir la inflamación y a aliviar el dolor.

- Desintoxicación del cuerpo: los baños termales también pueden ayudar a eliminar toxinas del cuerpo mediante la sudoración y la apertura de los poros de la piel. Esto contribuye a una piel más sana y limpia.

- Mejora de la salud de la piel: los minerales presentes en las aguas termales, como el azufre, tienen propiedades curativas que pueden mejorar diversas afecciones de la piel, incluyendo eczema, psoriasis y dermatitis. También ayudan a mantener la piel hidratada y más suave.

- Mejora de problemas respiratorios: las inhalaciones de vapor de agua termal pueden ser beneficiosas para las personas que padecen problemas respiratorios como el asma, la bronquitis y las alergias. Los minerales presentes en el agua pueden ayudar a limpiar y desinflamar las vías respiratorias. También refuerza nuestro sistema inmunológico.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 9:00 a.m.
por Radio Felicidad
Bien de Salud: Sábados de 8:30 a.m. a 9:00 a.m.
por Panamericana TV.

LA ÚLTIMA

ATLANTA. A Alex Benigno se le pinchaban las llantas mientras andaba en bicicleta por las carreteras de Atlanta. Entonces, decidió construir un remolque magnético para bicicletas para limpiar su ruta.



Abren refugio para animales en Gaza

RAFAH. En un establo en el sur de la Franja de Gaza, Fathi Ahmed Gomaa ha habilitado un refugio para animales, como leones o babuinos, que tuvo que evacuar de

Rafah debido a las operaciones del ejército israelí. "Desplazamos todos los animales que teníamos, salvo tres grandes leones que se quedaron", explica el guardián de esta ciudad

fronteriza con Egipto. El guardián del zoo enumera los animales que ya ha perdido a causa de la guerra: "Tres cachorros de león, cinco simios, un mono recién nacido y nueve ardillas".